

DIRECTOR: MÁRIO RODRIGUES

PREÇO: 0,01 EUROS

TRIMESTRAL

Olhares
de CARNAXIDE
e QUEIJAS

DEZEMBRO
2024 Nº22

120 MINUTOS DE ESTACIONAMENTO GRÁTIS

EM TODO O CONCELHO



REGISTE-SE JÁ!
Saiba mais em parquestejo.pt

MELHOR DOS PRAZERES

RESTAURANTE

Já estamos abertos!

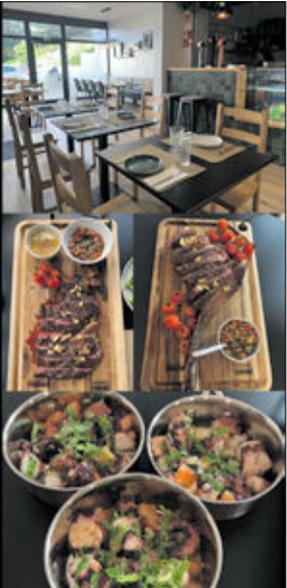
Mercado de Carnaxide

☎ 216 044 663

📍 Praceta Eugénio de Castro, Loja 1
2790-063 Carnaxide

📷 @melhor_dos_prazeres

Serviço de take away disponível para levar e saborear em casa



ÓPTICA PORTUGUESA

CARNAXIDE



Av. de Portugal – Centro Comercial Solátia, Loja 10 (Junto ao Centro Cívico de Carnaxide)

carnaxide@opticaportuguesa.pt • www.opticaportuguesa.pt • [f](https://www.facebook.com/opticaportuguesacarnaxide) [i](https://www.instagram.com/opticaportuguesacarnaxide) [t](https://www.tiktok.com/@opticaportuguesacarnaxide) [y](https://www.youtube.com/channel/UC...) [214 104 028](tel:214104028) [962 071 139](tel:962071139)



ÓPTICA PORTUGUESA

CARNAXIDE

**CAMPANHAS PERMANENTES
EM TODAS AS NOSSAS LOJAS**

PACK MONOFOCAIS
Armação + Lentes

75€

Lentes orgânicas, índice 1.5, esf. 4.00, cil. 2.00, com anti-reflexo.
Inclui armações de marcas selecionadas.

PACK PROGRESSIVOS
Armação + Lentes

250€

Lentes orgânicas, índice 1.5 com endurecido e anti-reflexo, brancos.
Inclui armações de marcas selecionadas.

Centro histórico de Carnaxide está a ser reabilitado



Revitalizar e reabilitar os centros históricos do concelho de Oeiras, são os grandes objetivos do programa Habitação Jovem. Esta iniciativa, lançada em 2016, já entregou uma centena de casas. No início de Novembro, foram inaugurados novos apartamentos em Carnaxide. **Pág. 4**



Cirurgia Guiada Avançada

Implantologia Oral
 829€ 1 Implante Dentário + Coroa*
 1990€ 2 Implantes + Prótese Acrilica (12 dentes)*
 3595€ 4 Implantes + Prótese Acrilica (12 dentes)*
 * Inclui Raio X - 3D

Acordos e Convenções
 ADSE
 PSP
 ADMG
 ADM
 Advancecare
 Médis
 Medicare
 Future-Healthcare
 Pt Multicare
 Outros

Ortodontia
 245€ Aparelho ortodôntico fixo
 22€ Manutenção e revisão de aparelho fixo

Geral: 218 516 388

Clínica Lisboa: Rua Cidade Bolama 3 R/C Esq. 1800-077 Lisboa
 Clínica Porto: Rua Nossa Senhora de Fátima 179 4050-427 Porto
 Clínica Carnaxide: Rua João das Regras 3 2790-072 Carnaxide
 Clínica Águeda: Av. Calouste Gulbenkian 192 R/C Dto 3750-102 Águeda

Isaltino quer acabar com estigma dos Bairros



O presidente da Câmara de Oeiras, em visita a bairros sociais de Carnaxide, após os atos de vandalismo que na sequência da morte de Odair Moniz, diz que é urgente acabar com o estigma dos bairros. Isaltino Moraes, que se encontrava acompanhado por vários jovens universitários, defendeu que um dos grandes problemas da sociedade de hoje é a exclusão social. Para combater esse problema, a edilidade tem investido em equipamentos sociais, garantindo a Coesão Social no concelho de Oeiras. **Pág. 3**



Respeito - Humanismo - Confiança



Serviço 24 horas

R. de Oeiras do Piauí Brasil, 2- 2780-285 Oeiras
 Telefone: 211338096 - Telemóvel: 917209634
 geral@funerariaanaefilho.pt
 www.funerariaanaefilhooeiras.pt

Miúdos e graúdos aprendem música nos Bombeiros de Linda-a-Pastora

A Escola de Música da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora nasceu em 2019 e desde logo superou as expectativas de quem tinha sonhado com o projeto: Cristiana Duarte e o maestro Nuno Silvestre. **Pág. 10**



11º aniversário da União de Freguesias anunciada:

Construção de ala pediátrica no Hospital de Santa Cruz e nova esquadra

A União de Freguesias de Carnaxide e Queijas (UFCQ) celebrou, no passado dia 30 de outubro, o seu 11º aniversário, no salão da Sociedade Filarmónica Fraternidade de Carnaxide. Na ocasião foi anunciada a execução de uma ala pediátrica no Hospital de Santa Cruz, que irá ser financiada pela Câmara Municipal, e também a construção da nova Esquadra da Polícia de Segurança Pública. **Págs. 6-7**



Parques Tejo requalifica parque de estacionamento



A Parques Tejo, empresa municipal responsável pela gestão do estacionamento, vai efetuar obras de requalificação no Parque do Centro Cívico de Carnaxide, que visam a melhoria das zonas técnicas, reorganizar o espaço e a marcação de mais lugares para ocupação em rotatividade, a par de alguns reservados para o carregamento de veículos elétricos, ou para motocicletas. **Pág. 8**

OFERTA

Apresente este cupão na nossa loja e usufrua de **20% DE DESCONTO** na sua compra.

ÓPTICA PORTUGUESA
CARNAXIDE

Válido até dia 31 de janeiro de 2025. | Av. de Portugal – Centro Comercial Solátia, Loja 10 (Junto ao Centro Cívico de Carnaxide)
 carnaxide@opticaportuguesa.pt ■ www.opticaportuguesa.pt | opticaportuguesacarnaxide | 214 104 028 | 962 071 139

Bairro 18 de Maio em vias de ficar legalizado

Está praticamente concluída a última fase da legalização do Bairro 18 de Maio, na Outurela. Neste momento, todos os terrenos já se encontram registados e a Autoridade Tributária está a emitir as cadernetas prediais.



Ao fim de uma longa espera de mais de 40 anos, os moradores do Bairro 18 de Maio vão ver o seu sonho realizado. Finalmente os terrenos vão passar para a posse da Associação de Moradores. Isaltino Morais prometeu e cumpriu.

O presidente da Associação de Moradores, Fernando Ferreira, confirmou ao nosso jornal que, após uma reunião com o vereador Nuno Neto, a 23 de novembro, ficou assente que, no início do próximo ano (2025), os moradores vão ter, finalmente, a possibilidade de comprarem os terrenos das suas habitações, prevendo-se que, em finais de janeiro, a situação esteja resolvida.

“Os terrenos já estão todos registados e as cadernetas prediais estão a ser emitidas pela Autoridade Tributária. Contudo, existem alguns valores que, na minha perspetiva, não estão bem e, por isso, tem de ser verificados”, revela Fernando Ferreira, prevendo que a resolução destes pequenos “acertos” se resolva rapidamente, de modo a permitir que, no primeiro mês de 2025, se inicie o processo de aquisição.

“Já estão acordadas com a Câmara as três modalidades de aquisição: pagamento integral; promessa de compra e venda com a Câmara; e promessa de compra e venda com a au-

tarquia, até sete anos”, adianta Fernando Ferreira, acrescentando que os terrenos das 94 habitações vão ser vendidos pela edilidade aos moradores “sem juros”.

Uma «falha» na medição dos terrenos na altura das expropriações para a construção do chamado bairro SAAL esteve na origem deste «imbróglio». De facto, na época, o levantamento topográfico não consignou no ato de expropriação 100 metros quadrados dos terrenos que pertenciam a uma cidadã estrangeira, a D. Consuela. Erro que só foi detetado nos anos 80 do século passado, quando a Associação de Moradores foi à Conservatória para legalizar a situação dos terrenos do bairro.

Esta situação provocou «engulhos» na transferência da posse desses espaços, o que dificultou e continua a dificultar «a vida» à Associação de Moradores, entidade inicialmente proprietária das casas.

Agora, o compromisso assumido pela Câmara de Oeiras vai permitir à Associação resolver, de vez, a situação do bairro. E, é por isso, que o vice-presidente da Associação de Moradores, Fernando Ferreira, considera que este anúncio, há muito aguardado pelos moradores do Bairro, é «importante para esta comunidade» que, finalmente, pode adquirir os terrenos onde as suas casas estão implantadas.



Em visita à Outurela e à Portela

Isaltino Morais quer acabar com estigma sobre bairros sociais

O presidente da Câmara Municipal de Oeiras, Isaltino Morais, visitou os bairros da Outurela e da Portela, ambos em Carnaxide, acompanhado por 30 jovens universitários. Esta iniciativa, que teve como objetivo dar a conhecer aos jovens a realidade dos bairros, avaliou as condições e identificou oportunidades de melhoria. O autarca voltou a referir que os moradores dos bairros municipais “são pessoas de trabalho” e que a edilidade tem investido em equipamentos sociais, para garantir a Coesão Social no concelho de Oeiras.



Isaltino Morais, presidente da Câmara Municipal de Oeiras, visitou os bairros municipais da Outurela e da Portela, em Carnaxide, acompanhado por um grupo de jovens universitários, salientando que é urgente acabar com o estigma dos bairros sociais.

Para Isaltino Morais, um dos grandes problemas da sociedade hoje é a exclusão social. “Nascer num bairro social não deve ser um estigma, e o que pretendemos com esta iniciativa é puxar para cima e mostrar as coisas boas que se fazem neste país, independentemente da cor dos cidadãos ou da sua religião”, frisa o autarca.

Admitindo-se “orgulhoso” pelo trabalho desenvolvido em Oeiras no plano da habitação, “pioneiro na eliminação das barracas”, Isaltino Morais realça também que pode assistir à ascensão social de pessoas oriundas desses bairros e que a discussão deve ser em torno do combate às desigualdades e não sobre a cor de pele.

“Assisti com perplexidade a discussões, para saber se os portugueses eram ou não racistas, quando julgo que o mais relevante é combater as desigualdades e a pobreza. Por isso, entendemos que era fundamental chamar à atenção para casos de pessoas que, tendo nascido num meio adverso, numa barraca, souberam aproveitar as oportunidades para vingar e conseguiram quebrar o ciclo de pobreza através da educação e do seu desenvolvimento pessoal”, sublinha o autarca. “Há 30 anos era impensável

que um jovem do bairro fosse para a universidade”, afirmou.

Isaltino Morais repudiou “com veemência certas declarações vindas a público que não fazem outra coisa que não seja estigmatizar as comunidades imigradas, pondo rótulos em função da raça ou da origem, como se esses factos determinem, fatalmente, comportamentos antissociais e criminosos”.

“Com frequência, faço visitas de trabalho a todos os nossos bairros, particularmente ao sábado ou domingo, e às vezes, à sexta-feira de manhã, acompanhado por técnicos dirigentes da Câmara, para verificarmos anomalias que foram aparecendo e situações que é necessário reparar”, afirmou o autarca. O objetivo desta visita foi “constatar esta realidade dos bairros públicos, já que houve um certo alarme com os distúrbios que ocorreram há cerca de um mês, e em que, realmente, a tônica dominante era a inexistência de políticas públicas e de equipamentos” nos bairros sociais.

No entanto, assegura o autarca de Oeiras, neste concelho tal não acontece, uma vez que “não faltam equipamentos sociais, culturais, desportivos, e até mesmo atividade comercial”.

O autarca oeirense esteve na Portela de Carnaxide, São Marçal, Pátio dos Cavaleiros e Outurela. Na Outurela, Isaltino Morais disse: “existe um pavilhão desportivo, o Carlos Queiroz, um campo de futebol, uma piscina, uma igreja, e

outros equipamentos sociais”. “Nesta visita, entrámos em vários estabelecimentos comerciais, e aquilo que realmente podemos verificar, é a hospitalidade extraordinária e uma atitude de bem-receber as pessoas”, acrescentou o presidente da CMO, realçando que, grande parte das pessoas que residem nos bairros municipais, são pessoas “de trabalho e gente que estuda”.

Oportunidades para todos

“É assim a vida dos nossos bairros, não só os da habitação pública, mas nos bairros em geral”, afiança Isaltino Morais, sublinhando que “Oeiras tem a mais baixa taxa de criminalidade da Área Metropolitana de Lisboa (AML)”. “Estamos num município onde a Coesão Social não é uma palavra em vão, mas que integra as políticas públicas do município”. Em Oeiras, ressaltou, pretende-se criar “a igualdade de oportunidades para todos”, como comprovam as bolsas de estudo para os jovens que ingressam na universidade, ou até mesmo “as políticas de construção de equipamentos desportivos, creches, entre outros”.

Em paralelo, está ainda em curso “um programa, de cerca de 200 milhões de euros, para a construção de habitação pública, para resolver o problema das casas sobrelotadas”. Na óptica de Isaltino Morais, “é necessário prestar atenção às famílias que têm mais dificuldades”, e por isso,

estas visitas são “importantes” para conhecer de perto estes problemas. “Cada vez que falo com pessoas que lutam, com muitas dificuldades, mas que criam e dão alma a estes bairros, eu sinto um enorme orgulho como presidente desta Câmara Municipal”, referiu ainda o autarca, acrescentando que “todo o esforço” investido na melhoria das condições dos bairros municipais e de quem lá reside, para “lhes dar mais dignidade”, “vale a pena”.

Por seu turno, para o presidente da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas, Inigo Pereira, esta iniciativa teve como objetivo conhecer de perto a realidade dos bairros, avaliar as suas condições e identificar oportunidades de melhoria. “Para muitos dos jovens que nos acompanharam nesta visita esta foi a primeira vez que estiveram num bairro social. Para nós esta foi mais uma visita”.

Esta ação reflete, segundo Inigo Pereira, o compromisso contínuo da Câmara Municipal de Oeiras em promover o bem-estar dos munícipes e assegurar o desenvolvimento harmonioso do território.

“Acompanhar a vida dos bairros” e perceber as necessidades são os principais objetivos destas visitas, afiança Inigo Pereira, realçando que, em consequência desta visita de Isaltino Morais, vão ser efetuadas intervenções nos bairros de Barroinhos, Outurela, Portela de Carnaxide e São Marçal, com fundos do PRR.



**CLÍNICAS MÉDICAS
DR. OLÍVIO DIAS**

**CIRURGIA GERAL · CIRURGIA PLÁSTICA
CLÍNICA GERAL · DERMATOLOGIA · OFTALMOLOGIA
NUTRIÇÃO · PSICOLOGIA · MEDICINA DENTÁRIA
ESTÉTICA DENTÁRIA · FACETAS · IMPLANTOLOGIA
BRANQUEAMENTO DENTÁRIO · CORREÇÃO DE DENTES**



www.clinicasmédicasolivioidias.pt

LISBOA TEL: 217995180 / 962078579 · ALGÉS TEL: 214103815 / 962078578 · CASCAIS – BIRRE TEL: 214860306 / 926392198

Carnaxide aposta na revitalização do centro histórico

Entrega de casas ao abrigo do Programa de Habitação Jovem de Oeiras dá nova vida à Rua José Pedroso. Antigos inquilinos satisfeitos com obras de requalificação. A reabilitação dos centros históricos é uma aposta da Câmara Municipal de Oeiras e também da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas que, nos últimos anos, tem apoiado vários projetos para revitalizar a zona.



Foi no passado dia 8 de novembro que Laiete Pisco voltou a sorrir ao entrar na sua antiga habitação, agora totalmente remodelada. Aos 88 anos volta à casa que teve de deixar há dois anos, na Rua José Pedroso, em Carnaxide. “Vim morar para esta rua com 4 anos. Quando tive de deixar esta casa custou-me muito, pensei que já para cá não iria voltar. Sofri muito nesse dia, chorei muito, até cheguei a dizer que só cá iria sair se a polícia me viesse buscar. Hoje estou arrependida e vejo que valeu a pena o sacrifício”, disse como-vida, após ter ficado a conhecer o seu novo lar, para onde volta na companhia do filho.

Um regresso emocionado por ver a sua antiga habitação totalmente renovada, ao abrigo do Programa de Habitação jovem de Oeiras, que existe desde 2006, cujo objetivo é revitalizar os centros históricos e apoiar a fixação da população mais jovem no concelho. E não foi só Laiete Pisco que está feliz, também os vizinhos fizeram questão de estar presentes na cerimónia de inauguração, que contou com o presidente da Câmara Municipal de Oeiras, Isaltino Morais, assim como o presidente da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas, Inigo Pereira.

“Este foi um edifício que foi doado à Câmara, fizemos a recuperação dos dois apartamentos (um T1 e um T0) e num mantivemos a anterior inquilina, a dona Laiete Pisco, enquanto o outro será destinado a habitação jovem. É uma

obra totalmente financiada pela Câmara, que custou 280 mil euros. São apenas dois apartamentos, são pequenos, parecem duas casas de bonecas, mas vão resolver o problema a um ou dois jovens e a esta senhora, que desde os 4 anos morava nesta rua”, sublinhou o edil de Oeiras.

Isaltino Morais fez questão ainda de lembrar o passado do homem que dá nome à Rua, José Pedroso: “um grande lavrador, proprietário nesta zona, praticamente de toda Carnaxide e grande parte de Algés e Linda-a-Velha era dele. E era um proprietário que se fosse preciso ceder algum terreno para fazer, por exemplo, uma escola primária, ele cedia o terreno. Agora ou não se sabe quem são os proprietários ou então querem enriquecer com as vendas.”

Nova vida e lembrar velhos tempos

Também é de outros tempos, que Isabel Esteves, de 68 anos, falou à nossa reportagem. “Moro nesta rua desde sempre. Vim para cá com quatro, cinco dias. Antigamente os miúdos brincavam todos na rua, agora já cá não há praticamente crianças, é só o Pedro [filho de Fernanda Costa, vizinha que se mudou para a Rua José Pedroso há 5 anos]. Chegou a haver aqui 14 crianças e a morar aqui 50 pessoas”, conta. Hoje os números são bem diferentes, mas a esperança de voltar a

ver a rua cheia ganha novo ânimo. “A rua era o nosso ‘pátio’ de festas.”

A vizinhança mudou, a Rua José Pedroso ganhou novos inquilinos, “tudo pessoas ótimas”, diz Isabel Esteves, que em tempos pensou vender a sua casa, uma ideia que já abandonou, fruto também da revitalização que a zona tem sofrido. “Sinto-me aqui muito bem, já não consigo sair daqui. E quando soube que a Laiete voltava, então, foi uma alegria. Conhecemo-nos há mais de 60 anos e falamos todos os dias.”

Também os vizinhos mais recentes festejam o regresso da família Pisco: “O meu filho Pedro quando soube e eles iam voltar ficou tão contente. Conhece-os desde os 4 anos, agora tem 9, e ele adora os vizinhos. Às vezes, antes de ir para a escola ele perguntava-me se podia ir ver se os vizinhos já estavam acordados para os ir cumprimentar”, recorda Fernanda Costa, de 35 anos, alegre de ver agora a rua com outra cara. “Ganhou outra vida, esta rua estava cheia de ruínas e agora é um gosto andar aqui. Falta só tratar da calçada, que por vezes é perigosa tanto para os idosos como para as crianças”, alerta.

Mais habitação a caminho

A reabilitação dos centros históricos é uma aposta da Câmara Municipal de Oeiras e também da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas que

nos últimos anos tem apoiado vários projetos para revitalizar a zona.

“É importante para nós ter esta disponibilidade, esta oferta para habitação jovem e não só. Há cerca de dois anos também a Câmara Municipal de Oeiras entregou no centro histórico habitação jovem com o objetivo de revitalizar o centro. A Igreja de São Romão também foi reabilitada há pouco tempo. Toda esta zona envolvente. O edifício da Sociedade Filarmónica em Carnaxide também foi reabilitado e inaugurado há cerca de 3 anos e o município vai continuar a avançar com estas políticas, não só de reabilitar o centro histórico, mas também tratar da oferta de habitação, que é hoje em dia um grave problema”, afirmou Inigo Pereira, presidente da Junta de Carnaxide e Queijas.

“Muita habitação vai ser entregue nas próximas semanas, nos próximos meses, porque o município de Oeiras, tem essa dinâmica, não só a nível de projetos mas também porque sabe concretizar. Oeiras tem sido inovador no que diz respeito à habitação, foi o primeiro município do país a acabar com o problema das barracas. E agora continua com projetos. Somos por ventura o município que está a aproveitar mais e melhor os fundos europeus porque já tínhamos projetos para habitação e reabilitação de vários edifícios”, realça Inigo Pereira.

É dentro dessa política que foram inaugurados em novembro dois apartamentos em Carnaxide e outros três em Porto Salvo, referentes ao Programa de Habitação Jovem de Oeiras. Imóveis destinados a apoiar residentes ou trabalhadores de Oeiras, que tenham entre 18 e 35 anos. Fogos que se destinam exclusivamente ao arrendamento de habitação, adquiridos pelo Município e, após a sua recuperação, entregues mediante a realização de um sorteio público.

“Em breve será feito um novo sorteio tanto para estas habitações agora inauguradas, como para as que serão inauguradas até ao final do ano”, adiantou o autarca de Oeiras, aquando da apresentação das obras concluída na Rua José Pedroso, em Carnaxide, referindo ainda que, entre habitações adquiridas, já entregues e outras prontas a entregar, “o investimento global rondará os 80 milhões de euros”.

No entanto, Isaltino Morais alerta para o facto do problema da habitação ser grande e dificilmente com solução que não passe por novas construções: “A carência de casas é de tal forma grande que o problema só se resolve fazendo construção nova. É preciso muita construção nova. Basta pensar nos valores que se construíam na década de 1990 e na primeira década desde século, 100 mil casas por ano, enquanto nos últimos 10 anos não chega a 7 mil por ano”, sublinhou.

**GRAVAÇÃO A LASER
NO INTERIOR DO CRISTAL**

PRÉMIOS PARA EVENTOS
TROFÉUS DESPORTIVOS
BRINDES PUBLICITÁRIOS
PEÇAS DE PRESTÍGIO
CRISTAL COM FOTO 2D & 3D



IMOBILIÁRIA IMPORTAÇÃO EXPORTAÇÃO, LDA

Av. Tomás Ribeiro 81-A, Armazém 3
2790-464, Carnaxide

Tlf: +(351) 214 174 356
Tlm: +(351) 960 022 256
E-mail: comercial@contento.com.pt

www.contento.com.pt

Ao serviço de uma comunidade cada vez mais integrada



Ana Barata, do Gabinete de Ação Social da Junta de Freguesia Carnaxide e Queijas, destaca a importância do trabalho realizado, com o apoio de parcerias estratégicas, como a Câmara Municipal de Oeiras, Segurança Social ou a DECO. Da população mais idosa às crianças e jovens da freguesia, as iniciativas multiplicam-se.

Com um trabalho direcionado às necessidades da população, dos mais novos aos idosos, dos que estão a passar por uma fase mais vulnerável, ou aos que precisam de combater a solidão, um dos grandes flagelos da sociedade atual, Ana Barata é o rosto do Gabinete de Ação Social da União de Freguesias Carnaxide e Queijas. Um serviço de apoio à proteção e inclusão social, onde é disponibilizada informação, aconselhamento, acompanhamento e encaminhamento, de forma gratuita, e assim ajudando na superação das vulnerabilidades.

“Somos procurados sobretudo no atendimento e acompanhamento social. Fazemos os atendimentos diretos à população, atualmente em articulação com a Câmara Municipal de Oeiras, no âmbito do Serviço de Atendimento e Acompanhamento Integrado, isto decorrente da transferência de competências da Segurança Social para as Câmaras Municipais, e, no caso de Oeiras, todas as freguesias estão a articular com a autarquia este atendimento e acompanhamento social”, explica Ana Barata.

Segundo a responsável, “toda a avaliação socioeconómica das famílias é feita pelo Gabinete, assim como a operacionalização da entrega, por exemplo, dos cabazes alimentares”, que também é feita parcialmente por este serviço da União de Freguesias.

“O programa de apoio alimentar, da Segurança Social, PTDQIP - Programa Temático de Desenvolvimento, Qualificação, Inovação, Pessoas 20/30 -, consiste na entrega mensal de cabazes alimentares aos beneficiários deste programa. Presentemente temos 313 destinatários finais, o que significa em termos de famílias, que estas rondam as 100. Atualmente, temos casos com agregados familiares maior. Este número oscila sempre um bocadinho, em novembro são 313, mas no mês passado foram 333, já muito acima do número limite que temos”, refere Ana Barata, explicando o funcionamento deste apoio: “A Junta candidatou-se a este programa da Segurança Social e os cabazes alimentares são por eles proporcionados, nós somos entidades mediadoras, fazendo a entrega dos alimentos que recebemos todos os meses, adquiridos pelo Estado português.”

Parceria com a DECO iniciada este ano

A defesa do consumidor é outra vertente que ganhou destaque este ano, com a possibilidade de um atendimento personalizado e gratuito, em colaboração direta com a DECO, e que chega à população de Carnaxide e Queijas todos os meses. Além deste trabalho de ajuda direta e ime-

diata, a informação é dada também através de realização de workshops e formações, tal como sublinha Ana Barata. “Este ano fizemos uma parceria com a DECO, iniciada em abril, existindo o serviço de atendimento, em que qualquer freguês de Carnaxide e Queijas pode ser acompanhado pela DECO gratuitamente, beneficiando do atendimento, através de marcação prévia na União de Freguesias, sendo que esta parceria também nos disponibiliza quatro ações de formação por ano.” Então e como é que funciona? “No que diz respeito ao atendimento da DECO, este acontece uma vez por mês, normalmente na primeira sexta-feira de cada mês. Alterna um mês em Queijas, um em Carnaxide, mas as pessoas podem ir a um lado ou a outro sem estar à espera. Situações mais urgentes, que necessitem de uma resposta mais imediata, articulamos com a DECO diretamente, enviando a documentação necessária, e depois são eles quem fazem as articulações com as entidades terceiras, como bancos, entidades fornecedoras de serviços. Mas também temos formação e workshops para a população. Este ano realizámos duas formações subordinadas ao tema da alimentação e no próximo ano já temos agendadas, entre fevereiro e março, uma sobre literacia financeira. A ideia é realizarmos pelo menos uma por trimestre ao longo de 2025”, adianta.

Dezembro com atividades para miúdos e graúdos

Em dezembro, o Gabinete de Apoio Social está de momento bastante focado numa iniciativa que decorre há já 13 anos e que está direcionado em particular para as crianças.

“Um brinquedo, um sorriso’, é uma campanha que já fazemos há bastante tempo e que consiste na recolha de brinquedos e outros bens em bom estado, juntos dos equipamentos infantis, e este ano também junto dos utentes da Universidade Sénior. Após a recolha, fazemos a triagem desses brinquedos e compomos sacos por família, agregados beneficiários do apoio do Gabinete de Ação Social. E como temos sempre excedente, fazemos também a distribuição para todas as instituições que operacionalizam no nosso território, como por exemplo o Banco Alimentar. Dividimos os bens adqui-

ridos pelas instituições e até hoje temos conseguido responder aos pedidos”, salienta Ana Barata, referindo que a faixa etária dos 10/12 é a que apresenta maiores dificuldades, devido à escassez de brinquedos destinados a esse grupo. “Dificuldades que levaram a que este ano apelássemos à Universidade Sénior para se focar especificamente nessa faixa etária”, diz. “O culminar dessa atividade decorre no auditório Ruy de Carvalho, no dia 17 de dezembro, com a festa para as crianças aqui do Gabinete da Ação social, em que decorrerá a entrega de brinquedos e uma peça teatral a que podem assistir.”

Já no dia 18 de dezembro é dia de baile sénior, o último dos quatro que a União de Freguesias de Carnaxide e Queijas também promove anualmente. Relativamente à população sénior, Ana Barata aponta ainda algumas das atividades disponibilizadas este ano e cujo o balanço de satisfação e adesão é bastante positivo.

“Este ano, para a população sénior tivemos os passeios ‘Pedalar Sem Idade’ - associação sem fins lucrativos que realizam passeios em Lisboa, sobretudo, em trishaws (uma espécie de triciclos com capotas para adultos). A União de Freguesias de Carnaxide e Queijas adquiriu uns pacotes de viagens e estamos a articular com os idosos do Centro de Dia e Apoio Domiciliário e Lar a realização dessas dinâmicas. Ou seja, os utentes são levados a fazer um percurso de bicicleta onde é alguém a pedalar por eles. Realizámos 3 por mês entre abril e outubro”, detalha, acrescentado: “também este ano tivemos três atividades, com os três centros sociais paroquiais, realizadas pelo Teatro Independente de Oeiras, que consistiu em levar o teatro e experiências aos idosos que estão nos Centros de Dia e lares das três IPSS do nosso território, São Romão de Carnaxide, São Miguel de Queijas e a Apoio na Outurela.”



ESPECIALIDADES

- Desentupimentos mecanizados
- Canalização
- Fugas de água
- Portas e fechaduras
- Reparação e montagem de esquentadores e caldeiras
- Eletricidade

RESOLVE SOLUÇÕES
SERVIÇOS E REPARAÇÕES **24H**

REPARAÇÕES
URGENTES NA HORA

CONTACTE-NOS!
964 594 840
resolvesolucoes24@gmail.com

REMODELAÇÕES

- Apartamentos
- Vivendas
- Cozinhas
- Casas de banho
- Salas de estar

União de Freguesias celebrou 11 anos com se

A União de Freguesias de Carnaxide e Queijas (UFCQ) celebrou, no passado dia 30 de outubro, o seu 11º aniversário, no salão da Sociedade Filarmónica Fraternidade de Carnaxide. Isaltino Morais, presente nesta cerimónia, revelou que está em execução o projeto de uma ala pediátrica no Hospital de Santa Cruz, que irá ser financiado pela Câmara Municipal, e também que existe um acordo com a Polícia e com o Ministério da Administração Interna, para a nova Esquadra da Polícia de Segurança Pública, "que irá nascer ali um pouco mais abaixo de onde era a SIC".

O salão da Sociedade Filarmónica Fraternidade de Carnaxide recebeu as comemorações do 11º aniversário da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas (UFCQ). O presidente da Câmara Municipal de Oeiras aproveitou a ocasião para defender que "Carnaxide e Queijas são duas zonas que têm vindo a sofrer transformações e que vão continuar a sofrer. Basta fazer o percurso do passeio do Eixo Verde Azul, entre a Cruz Quebrada até ao Santuário da Senhora da Rocha, para verem as transformações que estão ali a acontecer". O presidente da Assembleia de Freguesia, Rafael de Sousa, afirmou que, "passados 11 anos, continuamos sempre a cumprir a nossa missão cívica e democrática ao serviço de todos os cidadãos da UFCQ. Juntos somos mais que uma simples comunidade", salientou.

"Somos uma força transformadora, empenhada em fazer de Carnaxide e Queijas um lugar onde todos têm a oportunidade de prosperar. O nosso sucesso vem da nossa capacidade de trabalhar em conjunto. Cada ideia e cada iniciativa que nasce na Assembleia de Freguesia, reflete o espírito de colaboração que define a nossa União de Freguesias. A nossa União de Freguesias tem demonstrado, ao longo dos anos, que sabe evoluir, que sabe adaptar-se às novas realidades, sempre com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos nossos cidadãos", disse ainda Rafael de Sousa.

O presidente da Assembleia de Freguesia prevê um "futuro mais sustentável, mais inclusivo e inovador. Vamos continuar a investir em soluções que promovam a sustentabilidade, que continuem a melhorar os nossos serviços e que preservem o nosso ambiente. Queremos continuar a ser um exemplo de inovação onde o respeito pelo passado se une ao progresso. Oeiras tem-se destacado como um verdadeiro exemplo no campo da habitação e não nos esqueçamos que,

há muitos e muitos anos, diziam que a erradicação das barracas era uma utopia e essa utopia tornou-se uma realidade e esse flagelo desapareceu. Oeiras é hoje um concelho de referência a nível nacional, graças a uma gestão criteriosa e uma visão de longo prazo".

Sete anos de governação

Já Inigo Pereira, presidente da UFCQ, após saudar a apresentadora desta sessão solene, a cantora Francisca (Kika) Rodrigues, bem como a Sociedade Filarmónica Fraternidade de Carnaxide (SFFC) por acolher esta cerimónia, salientou o "apoio que a Câmara tem dado à SFFC, nomeadamente nas obras de reabilitação, na aquisição do mobiliário e nos diversos apoios para as suas atividades", entre outras entidades.

"Este ano, eu e a minha equipa do executivo cumprimos sete anos de governação. Uma governação significativa na obra que temos feito. Atualmente, a nossa autarquia está num patamar diferente, pela natureza das respostas muito eficazes que temos dado à população e que estão à vista de todos. Agradeço igualmente a todos os membros do executivo por todo o trabalho e dedicação que têm dado à nossa autarquia", referiu Inigo Pereira, sem esquecer a "Assembleia de Freguesia, que tem tido um papel muito importante na criação da melhor qualidade de vida para a nossa população".

O autarca lembrou também a necessidade de aproximar ainda mais os eleitos da população, ressaltando apostas como "o novo site da UFCQ, com mais ferramentas e acesso fácil às informações", mas também as melhorias "nos Mercados Municipais de Carnaxide e de Queijas, que estão com um desempenho cada vez melhor, com evidentes sinais de renovação e com excelentes condições não só para os concessionários, mas

também para quem vai visitá-los. O Mercado de Queijas, com espaços comerciais diversificados, e com serviços essenciais à população, mantém uma taxa de ocupação de 100%. Já o Mercado de Carnaxide, tem todas as lojas ocupadas e projetos significativos e bem desenvolvidos para a área das bancas".

Delegação de competências

Inigo Pereira recordou também as "iniciativas de cariz social e cultural" que acontecem nestes dois espaços. Ainda nos espaços públicos, o autarca referiu os trabalhos de manutenção no Cemitério Paroquial de Carnaxide, que pretendem "assegurar as melhores condições para quem ali se desloca em romagem e visita aos seus familiares". Inigo Pereira aproveitou a ocasião para agradecer à CMO pela intervenção que realizou neste local, com a recarga de piso betuminoso nos acessos aos talhões".

Por outro lado, e graças à "delegação de competências, o nosso espaço público tem sido cuidado", trazendo "passeios arranjados, mobiliário urbano assegurado em boas condições, mais e melhores acessibilidades, através da implementação e manutenção de rampas, guardas e corrimões, e na melhoria dos pavimentos pedonais. Destaco, neste contexto, no último ano, a substituição da calçada de vidro por lajetas antiderapantes nas ruas Almeida Garret, Rua Antero de Quental e Rua Eça de Queiroz, em Carnaxide".

Na Educação, o presidente da UFCQ abordou "as intervenções constantes nas escolas" das freguesias e que passam pelas "pequenas reparações, nas salas, nos corredores, refeitórios e também a manutenção dos espaços verdes", sendo que, "programámos, para as férias do verão, intervenções de maior dimensão. Destaco, neste ano, as intervenções nas escolas básicas Amélia Vieira Luís, Vieira da Silva e Antero Basalisa. A nossa taxa de execução está acima dos 90% em ambos os contratos, tal como tínhamos definido como objetivo em 2017", afirmou Inigo Pereira.

Já na área social, o autarca referiu que a UFCQ "tem tido uma estratégia importante e em sintonia com o Município de Oeiras". Como resposta à população carenciada, "temos garantido o plano mensal de recolha e entrega de bens alimentares a cerca de 320 destinatários. Este programa é levado a cabo com o apoio da CMO, da Santa Casa da Misericórdia de Oeiras e concretizado com as nossas equipas, coordenadas pelo nosso Gabinete de Ação Social. Através da nossa rede de instituições de cariz social, apoiamos as várias instituições a dar apoio, através do Banco Alimentar, mais de 700 famílias anualmente. Ao longo do último ano, ativámos mais de 150 mil euros, através do Fundo de Emergência Social do Município de Oeiras e Subsídio de Carater Eventual, para apoios a rendas em atraso, contas da água, eletricidade e outras despesas inesperadas. Para além destes apoios a quem mais precisa, tentamos sensibilizar a nossa população para a prevenção através de serviços como Apoio Jurídico, Apoio Psicológico e o Apoio da DECO".

Ainda na área social, importa referir o Gabinete de Enfermagem de Queijas, que, "mensalmente realiza cerca de 600 procedimentos a 500 utentes. O nosso Gabinete de Ação Social colabora



também na gestão da USCQAL, para onde nomeámos uma nova equipa. Estes dois projetos, o Centro de Enfermagem e a USCQAL, são de extrema importância para a nossa comunidade, pela relação de apoio, esperança e conforto que incutem às nossas populações", disse Inigo Pereira, destacando o "trabalho de todas as entidades da União de Freguesias que atuam na área social e que têm sido parceiros fundamentais das nossas políticas públicas, destinadas à coesão social".

Unir a comunidade

"Temos a plena noção da importância que os eventos culturais e recreativos têm na união da comunidade, na promoção do nosso território e potenciador do comércio local. Por isso, este ano organizámos também a segunda edição da Feira de Inverno, em Carnaxide, com transmissão ao vivo pela TVI, e acompanhámos o de-

ORTOPEDIA

Boutique
ORTOPÉDICA

Palmilhas

Meias de compressão

Collants de descanso

Produtos para incontinência, enfermagem e higiene pessoal

Camas hospitalares

Colchões

Andarilhos

Cadeiras de Rodas

Sapatos ortopédicos

De 2ª a 6ª das 10h às 13h / 14.30h às 19h - Sábado das 10.30h às 13h

AV. DE PORTUGAL LT 7 - LJ 16

CENTRO CÍVICO - 2790-129 CARNAXIDE

TEL. 932 787 000 - www.boutiqueortopedica.pt

essão solene

sempenho da nossa seleção nacional de futebol, com a transmissão dos jogos do Campeonato da Europa”, acrescentou o presidente da UFCQ, deixando ainda uma palavra de agradecimento



à PSP, por ser “um parceiro sempre disponível em todas as nossas iniciativas”, mas também “pela forma humana como lidam com a nossa população, em especial a dos bairros municipais”. Inigo Pereira fez ainda uma menção aos acontecimentos que assolaram a Área Metropolitana de Lisboa e que afetaram os bairros da Portela e dos Barrinhos, mas, “felizmente, já não temos tido nenhuma ocorrência. Sobre esta questão, agradeço ao presidente Isaltino Morais por ter vindo logo ao terreno para estar próximo da nossa população local a apelar à calma de todos”. Inigo Pereira ressaltou também o apoio da CMO “no acompanhamento e apoio na execução dos contratos da Delegação de Competências” e que têm contribuído para a “evolução do nosso território”, entre os quais as “obras no Santuário da Rocha, na Avenida Edmundo Lima Bastos, no Cemitério de Carnaxide, na manutenção dos Espaços Verdes, na reabilitação dos passadiços do Eixo Verde e Azul, na criação de muros de

contenção na Rua Aquilino Ribeiro, e nas obras que decorrem na Escola Gil Vicente, em Queijas. Em breve, a CMO vai avançar com as obras de reabilitação do Centro Cívico. A autarquia tem sido fundamental para o bom funcionamento do nosso movimento associativo, graças a todo o apoio que dá aos agentes culturais, desportivos e sociais. Todos estes apoios têm-nos permitido trabalhar em conjunto, unidos no mesmo sentido da obra constante que é necessário realizar e é desta forma que poderemos continuar a construir uma comunidade cada vez mais forte e coesa, segura do futuro onde todos podem participar na solução das questões essenciais para a harmonia e bem-estar da nossa população”, concluiu.

Uma das maiores freguesias do concelho

Por seu turno, o presidente da CMO, Isaltino Morais, disse que Carnaxide e Queijas têm “todas as razões para comemorar”, porque, em “primeiro lugar, é realmente uma das maiores Uniãoes de Freguesias do concelho, uma das mais pujantes, com um tecido económico e empresarial muito forte. O tecido empresarial desta freguesia é maior do que o da maior parte da totalidade dos municípios” nacionais e “tem especificidades próprias”, como por exemplo o “World Trade Center, situado na Outurela, e que é o único caso na Europa em que o World Trade Center não está na capital”.

“O World Trade Center é uma organização internacional que está na maior parte dos países do mundo e que é sinónimo de qualidade, no sentido da atração de empresas, para se sediarem nesse espaço”. “Todo este complexo de serviços de empresas de Carnaxide vai entrar numa fase de transformação, isto é, cada vez mais unidades de logística ou com alguma dimensão industrial irão sendo substituídas por empresas na área dos serviços e na área da tecnologia, o que significa que irá melhorar substancialmente a qualidade” de vida na freguesia e no concelho.

“Carnaxide e Queijas são duas áreas que têm vindo a sofrer transformações e que vão continuar a sofrer. Basta fazer o percurso do passeio do Eixo Verde Azul, entre a Cruz Quebrada até ao Santuário da Senhora da Rocha, para verem as transformações que estão ali a acontecer. É realmente uma intervenção de natureza qualitativa extraordinária”, acrescentou ainda Isaltino Morais, ressaltando que, na área da Educação, “todas as escolas e estabelecimentos escolares estão em transformação, a ser objeto de intervenções da CMO, porque nós queremos mesmo ter as melhores escolas do país no nosso concelho”. “Depois, há intervenções muito importantes, sendo que está em execução o projeto de uma ala pediátrica no Hospital de Santa Cruz, que irá ser financiado pela Câmara Municipal, e finalmente, acordámos com a Polícia e com o Ministério da Administração Interna, o programa funcional da nova Esquadra da Polícia de Segurança Pública, que irá nascer um pouco mais abaixo de onde era a SIC”.

“A esquadra de Carnaxide irá ser transformada em alojamentos para polícias”, acrescentou ainda o autarca, lembrando outras obras em curso, como por exemplo a Quinta da Casa Branca, que vai ser aberta à população de Carnaxide e Queijas. “A ligação daquele espaço à Senhora da Rocha e toda aquela intervenção que está a acontecer, irá modificar, digamos, as condições de lazer e de fruição do espaço público por parte da população”. Isaltino Morais adiantou que já foi entregue o projeto concluído para a segunda fase do Eixo Verde e Azul, e “tudo indica que, no próximo ano, estaremos em condições de abrir o concurso público para a obra”.

Mais casas e novo quartel para os Bombeiros

No capítulo da habitação, o presidente da CMO lembrou a construção em curso do empreendimento do Alto da Montanha, destinado a “famílias com rendimentos per capita na ordem dos 1.500 euros”, e que já está em fase de conclusão. “Iremos construir a chamada fase 1 e fase 2 de São Marçal, onde irão nascer cerca de 120 a 130 casas, e cuja construção já foi adjudicada. Também vai nascer lá um edifício destinado a polícias”, sendo que o projeto será da responsabilidade do Ministério da Administração Interna”. Em Queijas, “também está praticamente negociado o terreno onde vai nascer a nova casa para os Escuteiros de Queijas e os Bombeiros de Linda-a-Pastora já me transmitiram que estão de acordo com o terreno que a CMO tem reservado para os bombeiros”.

“Portanto, iremos arrancar também com o projeto para o novo quartel, de maneira que possam sair da estrada e possam situar-se junto à escola Cesário Verde”, revelou Isaltino Morais, lembrando outras obras em curso, tais como a melhoria do pavimento de todo o Centro Cívico de Carnaxide, entre outras.

“Não posso deixar de expressar aqui as minhas felicitações e o meu reconhecimento à UFCQ e ao seu presidente pelo trabalho e pelo esforço que tem desenvolvido no âmbito da delegação de competências, porque se há quatro ou cinco anos não eram capazes de gastar o dinheiro que tinham à sua disposição, finalmente entraram em velocidade cruzado e, realmente, as coisas estão a funcionar bem”.

Conflitos recentes na AML não refletem realidade dos bairros sociais

“A generalidade das freguesias, indiscutivelmente, tem vindo a assumir responsabilidades cada vez maiores, o que significa que tudo isto tem muito a ver com a própria adaptação que os autarcas e os funcionários vão assumindo e daí a importância da renovação e da continuação dos mandatos. Portugal acha que três mandatos são suficientes, quando nós hoje sabemos bem que no primeiro mandato, de quatro anos, para quem nunca tinha sido autarca, dá para muito pouco. Dá para saber aquilo que se pretende fazer e para elaborar uns projetos, mas nem sequer dá para iniciar a obra. Seja como for, este executivo já está no segundo mandato, e, portanto, começa a haver obra e é indiscutível que as intervenções no espaço urbano têm melhorado substancialmente”, disse o presidente da autarquia oeirense, deixando ainda algumas palavras em relação aos acontecimentos que tiveram lugar na Área Metropolitana de Lisboa na última semana.

“Devíamos olhar para os bairros de uma outra forma. Nós devíamos olhar para os bairros públicos de habitação municipal com orgulho. A maioria das pessoas que vivem nesses bairros são pessoas que viviam muito mal, em bairros de barracas. A entrega de uma casa, o realojamento das famílias representou uma transformação extraordinária nas suas vidas e é isto que nós devemos verificar. No bairro da Outurela e da Portela, existem 45 instituições na área social, na área desportiva e na área cultural. Não falta nada naqueles bairros”.

“O município de Oeiras investe milhões de euros em políticas sociais nesses bairros. Suportamos salas de estudo e projetos variados. Os bandidos e os marginais não estão apenas nos bairros de habitação pública, estão em todo o lado, e portanto, nós não podemos estigmatizar esses bairros”, considera Isaltino Morais. No concelho, reforçou, existem cerca de 20 bairros municipais, dos quais “17 não têm nenhum problema, há um bom relacionamento entre a polícia e as pessoas. Temos três bairros perfeitamente identificados onde existe tráfico de droga e nós não escondemos”.

“Oeiras é um município que apresenta a maior coesão social ao nível do nosso país. Somos o único município em Portugal que tem bolsas de estudo para todos aqueles que terminam o 12º ano e não têm dinheiro”, lembrou, acrescentando que existem 52 bolseiros a estudar na universidade e que são oriundos de bairros sociais. “Isto significa que, gradualmente, estas políticas vão surtindo efeito”, considerou o autarca, salientando que problemas acontecem em todo o lado, não apenas em bairros municipais.

Entrega de medalhas

Para além dos discursos, o evento incluiu ainda a habitual atribuição de medalhas de honra e de mérito a pessoas individuais ou coletivas, e de bons serviços a trabalhadores da UFCQ. Receberam a Medalha de Mérito, Grau Prata José Miranda, Comandante dos Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora, Maria das Dores Gonçalves (em representação de Sónia Isabel Enes da Florista “O Desejo” de Queijas), e ainda Luís Moura, responsável pela ReFood de Carnaxide.

Já a Medalha de Mérito, Grau Ouro, foi entregue a Águeda da Silva Counhago, a Laureano Gonçalves dos Santos, a título póstumo; a Margarida dos Santos Lapa; e ao presidente do Conselho de Administração da Fundação Marquês de Pombal, Nelson Pires. A Medalha de Bons Serviços Grau Ouro foi entregue a Jesuína Emília Sabino, e a Medalha de Honra a José Pereira Rodrigues e a José Brito, antigo coordenado da USCQAL.

A.M.
CONTABILIDADE
E GESTÃO
DE EMPRESAS

ANTÓNIA MORGADO LDA

TEL. 21 417 48 04

Email: gabamorgado@netcabo.pt

Rua Manuel Teixeira Gomes, 17A - 2790-105 Carnaxide



União de freguesias aposta na reabilitação

Pequenas grandes intervenções

A substituição da calçada tradicional por piso antiderrapante é um dos destaques das mais recentes obras promovidas no território.

“A qualidade de vida dos moradores de Carnaxide e Queijas está no topo das nossas prioridades”, defende Inigo Pereira.

O presidente da união de freguesias elencou ao Olhares de Carnaxide e Queijas o conjunto de intervenções que têm sido realizadas ao longo deste ano que vão ao encontro dessa premissa. O principal destaque vai para a substituição da calçada de vidro, ou tradicional, em várias artérias do centro de Carnaxide. “A substituição por piso antiderrapante está a decorrer a bom ritmo não só na Rua Almeida Garrett, mas também em ruas envolventes como a Rua Antero de Quental ou a Rua Eça de Queiroz”, sublinha. E acrescenta: “acreditamos que estas intervenções vão transformar a dinâmica de mobilidade nesta zona. Continuamos a trabalhar para melhorar as condições de mobilidade de moradores, numa aposta clara no conforto urbano, e esta é uma obra há muito aguardada pela população”.

A redução do risco de queda é um dos principais objetivos, que se tornou prioritário, não só pelo número de moradores que ali habitam, mas

também pelas características morfológicas destes arruamentos.

Outras das apostas tem sido a reabilitação do mobiliário urbano. A manutenção de bancos de jardim é disso exemplo. “Em alguns casos, o desgaste das madeiras obriga à substituição da matéria-prima. Mas essas são situações às quais as equipas de manutenção da união de freguesias estão muito atentas”, afirma o autarca.

A este conjunto de intervenções somam-se outras ações, tais como a substituição das portas do Mercado de Carnaxide, a construção de rampas de acesso a prédios para moradores com mobilidade reduzida, a reparação urgente do piso em passeios e estradas, a manutenção da sinalização vertical do trânsito ou a pintura de muretos em vários locais da união de freguesias.

Na perspetiva de Inigo Pereira, “estas são pequenas grandes intervenções que, no seu conjunto, trazem qualidade de vida ao nosso território porque dão uma resposta imediata à necessidade de uma mobilidade fluída da população”.

Parques Tejo cria mais estacionamento no Centro Cívico de Carnaxide

O Parque do Centro Cívico de Carnaxide vai ser objeto de obras de requalificação, que irão permitir melhorar acesso e facilitar a circulação no interior, criando-se, dessa forma, uma maior comodidade a quem aí estaciona.

A Parques Tejo, empresa municipal responsável pela gestão do estacionamento, vai efetuar obras de requalificação no Parque do Centro Cívico de Carnaxide, que visam a melhoria das zonas técnicas, reorganizar o espaço e a marcação de mais lugares para ocupação em rotatividade, a par de alguns especificamente reservados para o carregamento de veículos elétricos, ou para motocicletas. Para o Presidente da Parques Tejo, esta obra representa uma nova visão da empresa para o espaço, uma vez que “se até ao presente, o Parque do Centro Cívico era, e bem, uma ‘garagem’ para os residentes da zona, que necessitam muito dessa oferta; o que percebemos hoje é que temos de disponibilizar também novas soluções no estacionamento de rotação”.

E neste ponto, Rui Rei é perentório em afirmar que “o Centro Cívico é rodeado por um jardim, por várias praças, por um jardim de infância e um lar de idosos. Ora, se conseguirmos que quem vá ao comércio pujante que caracteriza a zona passe a estacionar em parque fechado, podemos devolver a rua a todas estas pessoas, enquanto espaço público de qualidade, de que possam desfrutar”.

Para essa estratégia ser efetiva, o responsável da Parques Tejo afirma ser necessário um conjunto diversificado de medidas, desde logo os 120 minutos de estacionamento gratuito de que todos os municípios podem dispor através da app Oeiras Move, como anunciado recentemente pela empresa.

Mas a estratégia a seguir passa também por outros benefícios e, para Rui Rei, a quadra natalícia será um bom exemplo, uma vez que “ao longo de dezembro e início de janeiro, teremos uma campanha abrangente, na qual a primeira hora de estacionamento nos parques fechados será gratuita”.

A oferta, que além do Parque do Centro Cívico, considera também o Parque dos Poetas, da Misericórdia (Oeiras), Avenida (Algés), e Navegantes (Paço de Arcos), será concedida de forma indireta, uma vez que “será o comércio local quem irá entregar os tickets que permitem usufruir dessa hora de estacionamento grátis, o que lhes permite dar aos seus clientes esse presente especial”.

Mais do que uma iniciativa isolada de Natal, esta campanha irá manter-se para futuro. “No Parque Avenida, em Algés, os comerciantes já podem, desde há um ano, adquirir tickets pré-pagos ao custo simbólico de 0,20€ por hora, e oferecê-lo aos seus clientes, numa experiência muito positiva, que já ultrapassa os 6.280 tickets emitidos”.

Para Rui Rei, essa é uma marca de uma postura que a Parques Tejo quer reforçar, concluindo que “iremos aproveitar este impulso do Natal para alargar a campanha a mais parques, e reforçar os laços que nos ligam aos municípios e aos comerciantes, porque no fim de contas, existimos para servir a comunidade”.

TACO A TACO



Taco Verde Golf Unip. Lda

atelierdegolf

Reparações e perfilagem de tacos de golfe

Material de golfe usado

Tacos para jovens e crianças

Reparação de trolleys eléctricos

Avenida Tomás Ribeiro, 81A | Armazém 2 - 2790-464 Carnaxide

Tel. 309 874 749 - Tlm. 916 282 764 / 919 666 202



O Forno de Carnaxide



FORNO DE CARNAXIDE

PADARIA - PASTELARIA - SNACK-BAR

Bolos para:
CASAMENTOS
BATIZADOS
ANIVERSÁRIOS

O FORNO I
Rua Antero de Quental, 13 C
2790-085 CARNAXIDE
Tel.: 21 418 53 52

O FORNO II:
Rua Inácio Duarte, 19 B
2790-225 CARNAXIDE
Tel.: 21 418 20 67

geral.fornodecarnaxide@gmail.com – www.fornodecarnaxide.pt

O gosto de conviver e aprender depois dos 65 anos

Promover o envelhecimento ativo e saudável é uma das grandes apostas da União de Freguesia de Carnaxide e Queijas, que além da universidade sénior, oferece à população mais idosa outras atividades, como bailes e passeios. A adesão positiva mostra que este é um trabalho que deve continuar.

A população sénior da União de Freguesias de Carnaxide e Queijas tem ao seu dispor a USCQAL, universidade que coloca atualmente à disposição dos seus alunos 76 disciplinas, desde línguas, a informática, passando pela astrofísica ou a astrologia, entre muitos outros temas. O objetivo é “promover o envelhecimento ativo e saudável da população acima dos 50 anos, através do ensino não formal em diferentes áreas do conhecimento”, tal como refere a instituição coordenada pelo presidente da Junta de Freguesia, Inigo Pereira.

Abriu portas em janeiro de 2013, e desde o primeiro momento que Vítor Antunes abraçou este projeto. Atualmente faz parte da comissão executiva e dá aulas de informática. Uma aventura pelo voluntariado que começou com um anúncio num jornal - numa altura em que já estava reformado -, e que o faz sorrir até hoje.

“Vi um anúncio no jornal a solicitar professores voluntários aqui para a universidade. Achei que poderia ser interessante, respondi, disse quais eram as minhas intenções, que disciplina gostaria de lecionar, onde me sentiria mais à vontade, e estou cá desde 2013. Na minha vida profissional era informático, dei muita formação, programei, dei assistências e tentei trazer alguma da minha experiência para aqui”, recorda Vítor Antunes, que atualmente leciona duas disciplinas: “informática nível 1 e nível 2, tendo em cada um dos níveis cerca de 20 alunos, entre os 65 e os 80 e alguns anos”, diz.

“Quando trabalhamos temos a vida ocupada, torna-se um pouco difícil com deslocações estar no voluntariado. Nunca tinha surgido a oportunidade... surgiu esta e apaixonei-me”, sublinha este membro da comissão executiva, onde já está há alguns anos: “tenho à minha responsabilidade toda a parte informática, organização de aulas, professores, presenças, sim porque aqui não falamos em absentismo, mas sim de presenças”.

Troca de conhecimentos é mais-valia

Atualmente a USCQAL tem 48 professores, 76 disciplinas e um universo de 294 alunos inscritos, “número que no ano letivo anterior só foi atingido já em 2024”. “Temos vindo todos os anos a crescer, sintoma que as pessoas gostam de aqui estar”, afirma Vítor Antunes, que recorda o difícil período da pandemia: “notou-se muito uma queda nas pessoas quando apareceu o Covid-19. Fomos a primeira universidade, penso que do país, a ter aulas

online e atualmente continuamos com algumas dessas aulas apesar de privilegiarmos as aulas presenciais. Porque o que interessa é o convívio.”

A universidade sénior é para as pessoas estarem ocupadas, conviverem, e mesmo nós estando a ensinar, aprendemos muito. Tem estas duas vertentes, damos a conhecer o que já sabemos, os ensinamentos que temos, mas aprendemos também muito com os alunos. A aprendizagem e o convívio, considero serem a parte mais enriquecedora da questão. Recordo-me que nos primeiros 15 dias, um mês, as pessoas não se juntavam muito, porque apesar de serem da mesma zona, não se conheciam. E passado pouco tempo já se encontravam, por exemplo, no Centro Cívico para tomar um café...”

Além da aprendizagem das diversas disciplinas ensinadas - Saberes Antigos, Artes Manuais, Aromaterapia, Canções e Memória, Chi-Kung/Tai-Chi, Ioga, Biodanza, Comunicação nas Redes Sociais, Direitos e Deveres dos Cidadãos, são outros exemplos de aulas dadas da USCQAL - há ainda a possibilidade de participar em vários eventos, saídas, e “a adesão é sempre grande”.

Dia de baile é animação certa

Mas nem só na universidade sénior se faz o convívio de quem já passou à idade da reforma. A Junta de Freguesia de Carnaxide e Queijas também promove anualmente quatro bailes: no Carnaval, nos Santos Populares, no São Martinho e no Natal. Uma iniciativa que começou há 11 anos em Queijas e que chegou a Carnaxide com a união de freguesias.

Celestina Ferreira, de 77 anos, estreou-se nos bailes promovidos pela Junta de Freguesia este ano, no São Martinho, em Carnaxide: “Estou a gostar muito. Somos velhos de idade, mas a cabeça é que conta e é preciso mantê-la ocupada. Temos de aceitar que os anos passam, é a vida, mas eu adoro viver. Fui operada este ano e ainda não tinha conseguido vir a nenhum baile, agora que posso, conto vir a todos”, afirma Celestina, que também é utente na USCQAL. “Moro aqui na freguesia há 4 anos, desde que fiquei viúva. Vim morar com a minha filha, sentia-me sozinha e até foi uma psicóloga que me incentivou a inscrever-me na universidade sénior. Adoro, faço teatro, poesia e até tarot”, conta orgulhosa.

Também Henrique Loureiro, de 84 anos, aproveitou o dia do baile de São Martinho. “Gosto muito disto, ‘too much’”, diz de sorriso rasgado, depois de já ter



dado vários pezinhos de dança, no salão do Centro Cívico de Carnaxide. “Já venho a estes bailes há uns 4/5 anos. É um tempo bem passado, estamos com amigos e divertimo-nos”, sublinha este apaixonado por dança: “O corpo pede e a mente agradece. Também tenho aulas de folclore, de ioga... gosto de fazer um bocadinho de tudo.”

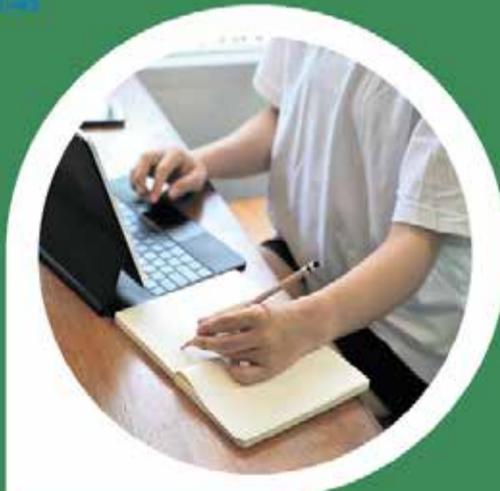
O próximo baile será o do Natal, em Queijas, e como todos os outros “está aberto a toda a comunidade da união de freguesias, mediante inscrição prévia”, explica Ana Barata, do gabinete de Ação Social da Junta de Freguesia. “Tentamos sempre alternar os locais dos bailes e a adesão é sempre muito positiva, com uma média de 100 ins-

crições por cada evento destes”, diz, salientando também iniciativas como passeios e idas à praia para a população sénior. E aqui, diz, “o maior desafio, é conseguir vagas para os muitos pedidos, uma vez que tanto nos passeios como nas semanas de praia há o constrangimento dos lugares nos autocarros”.



ATENDIMENTO AO CONSUMIDOR

A DECO EM CARNAXIDE E QUEIJAS



- i **Informação sobre os seus direitos**
- 🛒 **Resolução das suas reclamações**
- 📄 **Apoio na gestão do orçamento**
- 👉 **Renegociação das suas dívidas**

Carnaxide
214 173 090 | 912 619 681

Queijas
214 174 833 | 969 821 112

social@ufcq.pt

Venha ter connosco!
1ª Sexta-feira de cada mês
Carnaxide: 5 Abril | 14h00 - 17h30
Queijas: 3 Maio | 9h30 - 12h30



Escola de Música da AHBVLP foi um sonho que ganhou som em 2019

Desde miúda que Cristiana Duarte ouvia tocar em sua casa. Pouco dotada para tal arte, diz, conseguiu criar um projeto social que desse alma ao seu sonho e juntamente com o maestro Nuno Silvestre deu um novo som à instituição que o avô ajudou a construir: a Escola de Música da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora.



Nasceu em 2019 e desde logo superou as expectativas de quem tinha sonhado com o projeto. No primeiro relatório de atividades estavam previstos para o 1.º ano 25 alunos; subindo para 50 pessoas no 2.º ano e no 3.º atingiu a fasquia dos 75 alunos. No entanto, a Escola de Música da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora “abriu logo com 75 pessoas interessadas em aprender música”, recorda a presidente da instituição, Cristiana Duarte. Atualmente, a escola tem 95 alunos, com idades compreendidas entre os 5 aos 72 anos.

Também em 2019, depois de uma primeira recusa por estar ligado a outra escola de música, o professor e maestro Nuno Silvestre abraçou o projeto, que hoje diz ser “como um filho”. Foi em setembro desse ano, por convite da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora (AHBVLP), que assumiu o cargo de Diretor Pedagógico e em maio de 2021, ou seja dois anos e meio após a formação da Escola de Música, conseguiu dar asas a outro sonho, desenvolvendo a Orquestra da Escola de Música da AHBVLP, que atualmente ensaia todas as quintas-feiras e domingos. Desde a sua fundação até aos dias de hoje já participaram em mais de 60 eventos e o desejo é que se somem muitos mais.

“Quando se quer, consegue-se. A música amacia a alma, dá-nos sensibilidade e obriga-nos a pensar”, diz Cristiana Duarte, atual presidente da AHBVLP e neta de um os três fundadores da instituição, orgulhosa do trabalho de cariz social até aqui realizado. Refira-se que além da Escola de Música, também foi Cristiana quem desenvolveu, em 2017, o projeto NeuroIntervir, núcleo de psicologia criado para prestar apoio à comunidade do concelho de Oeiras.

Mas voltemos aos sons e como surge a ideia de criar a Escola de Música da AHBVLP. “O meu avô foi uma das pessoas que construiu este quartel e a minha família está aqui toda registada. Além disso, todos os elementos da família sabiam tocar, menos eu. O meu pai conta que quase diariamente se juntavam 10/11 músicos em minha casa... no entanto, quando chegou a minha vez de aprender o solfejo, ou seja a arte de saber ler as notas que estão numa pauta, não aconteceu. Para mim era complicado, aliás, quando o Nuno [Silvestre] me quis ensinar o solfejo, tive um déjà vu e disse não quero”, recorda. E foi quando lhe foi feito o convite para integrar a AHBVLP, primeiro ocupando o lugar de Secretária do Concelho Fiscal (2006), depois como 1.º Secretário da Direção (2008), que começou a falar do seu sonho de ter uma atividade relacionada com a música na instituição.

Em 2012 chega ao cargo de Vice-Presidente da Direção e dois anos depois assume o cargo de Presidente. No entanto, o seu projeto nunca foi para a frente e Cristiana quis entender o porquê: “Percebi que havia dificuldades porque as aulas eram extremamente caras e então comecei a pensar num projeto social. Partilhei com a Direção, houve concordância e conseguimos também ter o aval da Câmara Municipal de Oeiras. Depois foi andar para a frente, já com o projeto aprovado, conseguimos arranjar padrinhos que nos oferecessem instrumentos e fizemos um leilão para angariar verbas e assim não sobrecarregar a AHBVLP”, conta orgulhosa do caminho percorrido.

Ambição é ter espaço maior

Atualmente, a Escola de Música da AHBVLP funciona nas instalações do quartel dos bombeiros de segunda a sábado, das 14H às 21 horas, tendo 14 professores. “Em termos de alunos temos aqui famílias inteiras, avós, pais, crianças, e de sublinhar ainda que este é o sexto ano de atividade e o grande núcleo de alunos está cá desde o início”, refere Cristiana Duarte. Aliás, um dos alunos vem mesmo semanalmente do Algarve para Linda-a-Pastora. “Já era meu aluno noutra instituição e quis manter-se connosco”, conta orgulhoso Nuno Silvestre, destacando ainda a relação de proximidade entre professores, alunos e famílias. “Se tivermos professores felizes, teremos alunos felizes e famílias felizes. Muitas pessoas pensam que aprender música é fácil e eu costumo dizer que se fosse tão fácil como mexer no telemóvel ou jogar playstation eram todos craques ao fim de uma semana. Mas a música custa a aprender e tem que se gostar.”

Bateria, piano e guitarra são os instrumentos mais concorridos, contudo, diz Nuno Silvestre, isso antes de conhecerem os restantes: “É preciso deixá-los experimentar os vários instrumentos. Não queremos alunos só por ter. E muitas vezes as primeiras escolhas de instrumento não são feitas pelos miúdos, não é o que eles querem, mas sim o que os pais querem”, sublinha o diretor pedagógico da Escola, recordando que também ele iniciou os seus estudos de música com tenra idade, na Banda dos Bombeiros Voluntários de Colares, tendo posteriormente apostado em saxofone e formação musical.

O projeto está de pé e é para continuar, assim desejam Cristiana Duarte e Nuno Silvestre, com a ambição agora de ter um espaço de aprendizagem com instalações independentes. “Nunca passámos a quota dos 120 alunos, porque o espaço da Escola não é grande, só temos cinco salas, mas é nossa ambição ter outras instalações. O ideal era um espaço só nosso, da Escola de Música AHBVLP”, afirmam.

As aulas são individuais - “até porque cada aluno tem o seu ritmo de aprendizagem” - com mensalidades que oscilam entre os 20 e os 37,5 euros, consoante o instrumento musical. Outra das condições é ser sócio da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Linda-a-Pastora, cuja quota anual é de 12 euros. “O dinheiro é o principal obstáculo em muitas escolas de música. Acredito que muito do nosso sucesso de deve ao facto de ser um projeto social. E temos alunos quer do concelho de Oeiras, de Cascais e Loures, além do aluno que vem do Algarve às terças-feiras para ter aqui aulas. Nesta escola, não são os alunos que se adaptam à escola, mas sim a escola que se adapta. É o que chamamos de uma dor de cabeça agradável. Não queremos lucro, só não queremos dar prejuízo à AHBVLP”, garantem.

Cristiana e Nuno dividem os louros do sucesso com as famílias, falando de uma escola de afetos e cumplicidade e por isso no Dia da Mãe fizeram uma surpresa ao público, permitindo que este assistisse ao concerto dentro do palco. “Foi muito engraçado, porque neste caso as mães tiveram outra percepção do concerto, estando ao lado deles. E as reações foram excecionais. São pequenos mimos que gostamos de oferecer”, sublinham.



USC QAL

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE CARNAXIDE E QUEIJAS
APRENDIZAGEM E LAZER

Carnaxide
Rua Cesário Verde - Edifício Centro
Cívico, 2790-047 Carnaxide
Telef.: +351 214 173 090

Queijas
Rua Soares de Passos, 5-D
2790-440 Queijas
Telef.: +351 214 174 833

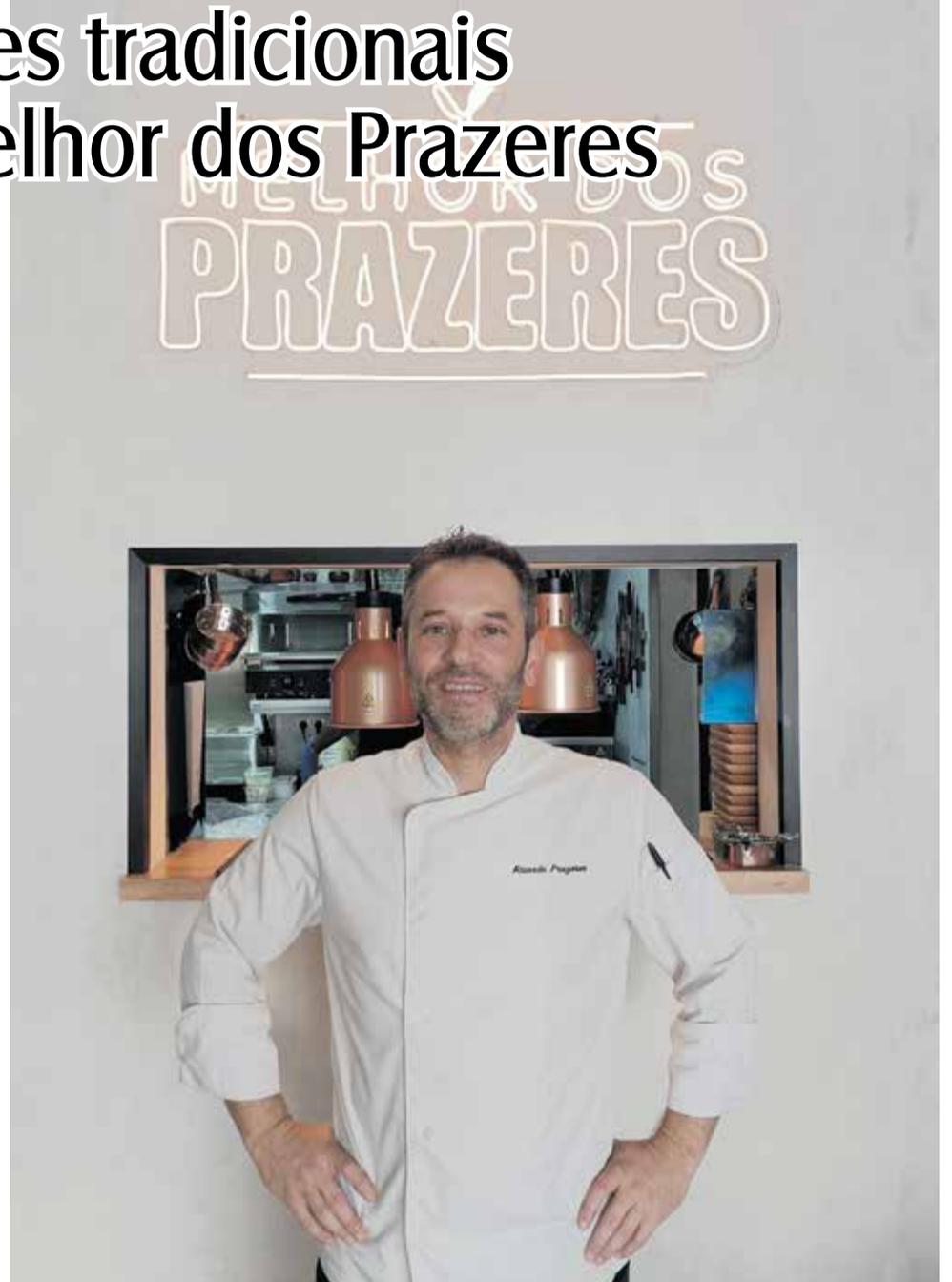
uscqal.pt | geral@ufcq.pt | universidadeseniordecarnaxide

Uma viagem pelos sabores tradicionais e contemporâneos no Melhor dos Prazeres

O Melhor dos Prazeres, situado no Mercado Municipal de Carnaxide, nasceu do sonho do casal Maria João e Ricardo Prazeres de criar um espaço onde os sabores tradicionais se encontram com a criatividade contemporânea. Este recanto gastronómico já é uma referência, combinando sofisticação com aconchego e destacando-se pela fusão de influências da gastronomia nacional (com ênfase na culinária alentejana), internacional (galega e francesa) e vegetariana.

“O objetivo é trazer à mesa a autenticidade dos ingredientes que fazem parte da nossa herança culinária, adaptando-os ao que acreditamos ser os pratos dos dias de hoje”, explica Ricardo Prazeres, chef com mais de 25 anos de experiência em restaurantes icónicos como o Vela Latina, Dom Feijão, Galetto e Estádio da Luz (Headchef). No Melhor dos Prazeres, cada prato é pensado para contar uma história e despertar emoções, transformando cada refeição numa experiência única. O menu inclui clássicos da cozinha portuguesa, como o ensopado de borrego com pão alentejano ou o polvo à lagareiro, mas também apresenta propostas de excelência como o Tomahawk Marmoreado ou a Rúbia Galega, conhecida pela intensidade de sabor e qualidade. Tudo é confeccionado com ingredientes frescos e de origem selecionada – desde as carnes de porco preto aos enchidos e vinhos Alentejanos – garantindo que cada prato seja uma homenagem à autenticidade e à qualidade. Para quem procura uma experiência mais casual, o espaço oferece opções acessíveis, como bifi-

nhos de frango a 9€, e um menu de almoço disponível em dias úteis por 15€, que inclui prato do dia, bebida, couvert e café. Em média, uma refeição completa no Melhor dos Prazeres varia entre 15€ e 35€, permitindo que cada cliente encontre algo que se ajuste ao seu gosto e orçamento. “O nosso objetivo é agradar tanto aos que procuram o conforto dos sabores tradicionais como aos que desejam explorar pratos mais sofisticados”, afirma o chef Ricardo. É precisamente essa fusão entre simplicidade e criatividade que faz do Melhor dos Prazeres um destino obrigatório para os amantes da boa gastronomia. Seja para redescobrir sabores que evocam memórias especiais ou para experimentar algo novo, o Melhor dos Prazeres convida-o a saborear o melhor da gastronomia, onde tradição e inovação andam de mãos dadas. *Morada: Praceta Eugénio de Castro 1, 2790-063 Carnaxide*
Telefone: 216 044 663
Instagram: @melhor_dos_prazeres



Viva as **Férias NATAL 2024**
16 A 20 DE DEZEMBRO

FUTEBOL
VELA
ATIVIDADES DESPORTIVAS

CONTACTOS
VIVAASFÉRIAS@OEIRASVIVA.PT
912 116 493

INSCRIÇÕES
WWW.OEIRASVIVA.ESPORT.COM.PT

OEIRAS VALLEY PORTUGAL
OEIRAS VIVA

pinto & relvas

Remodelações • Pinturas
Eletricidade • Carpintarias

961 484 884 • geral@pintoerelvas.pt • www.pintoerelvas.pt

OLHARES DE CARNAXIDE E QUEIJAS

OlharesdeCarnaxideeQueijas
www.olharesdelisboa.pt
ocq@olharesdelisboa.pt

Proprietário e Editor **Avalanche de Sonhos Unipessoal, Lda.** | Conselho de Administração M.R.S. Oliveira
Detentor de Capital Social M.R.S. Oliveira (100%) | NIF 514 355 034
Sede Social / Sede Editor / Sede Redação Av. Eng. Arantes de Oliveira, 3 R/C - 1900-221 Lisboa
Tel 211934140 • Tm 967734378 | avalanchedesonhos@sapo.pt | Diretor Mário Rodrigues | ocq@olharesdelisboa.pt
Redação Rute Fidalgo, Luis H. Antunes, Marta Azevedo | Fotografia Fernando Zarcos
Publicidade e Marketing Marcelo Duarte - Diego Guimarães | **Paginação e Arte Gráfica** Mário Clemente
Impressão Fig - Indústrias Gráficas SA - Rua Adriano Lucas, 161 - 3020-430 Coimbra
Estatuto Editorial www.olharesdelisboa.pt/estatutoeditorialolharesdecarnaxideequeijas2/
Depósito Legal 455061/19 | Nº Registo na ERC: 127312 | Tiragem deste número 17 000 ex*.



**COMÉRCIO
LOCAL**

ESCOLHA COM RAZÃO E CORAÇÃO.

ÓPTICA PORTUGUESA

CARNAXIDE

CAMPANHA BLUECOAT

Exclusivo para armações marcas: Moschino, Longchamp, Lacoste, CalvinKlein, Vogue e RayBan

199€

Pack Aro + lentes

Lentes monofocais orgânicas 1.5
gama de stock com tratamento en-
durecido, anti-reflexo e bluecoat

EXCELÊNCIA EM VISÃO E ESTILO

A Óptica Portuguesa Carnaxide orgulha-se de apresentar uma seleção premium de marcas internacionalmente reconhecidas, incluindo **Etnia Barcelona**, **LOOL** e **Woodys**. Estas marcas, conhecidas pela sua qualidade excepcional e design inovador, representam o compromisso da nossa óptica com a excelência.

Na Óptica Portuguesa Carnaxide, oferecemos mais do que produtos de topo; proporcionamos uma experiência de atendimento personalizado, onde cada cliente recebe orientação especializada na escolha dos óculos perfeitos. A nossa equipa de profissionais altamente qualificados está dedicada a combinar a tecnologia mais avançada com um serviço de excelência, garantindo que cada visita seja única e satisfatória.

Convidamo-lo a descobrir a diferença na Óptica Portuguesa Carnaxide, onde a visão encontra o estilo, e a qualidade se une ao conforto.



A NOSSA VISÃO É CUIDAR DA SUA

OFERECEMOS UM SERVIÇO DE EXCELÊNCIA
COM O FOCO NA NECESSIDADE VISUAL DOS
NOSSOS CLIENTES



EXAMES DE SAÚDE VISUAL
RASTREIOS VISUAIS
CONTACTOLOGIA
VISÃO GERIÁTRICA
CONSULTAS VISUAIS AO DOMICÍLIO
ORTÓPTICA
URGÊNCIAS VISUAIS
EXAMES CARTA CONDUÇÃO
MEDIÇÃO DE TENSÃO OCULAR
**CONSULTAS DE SAÚDE VISUAL
AO DOMICÍLIO**
CONSULTORIA DE IMAGEM



APARELHOS AUDITIVOS
AVALIAÇÃO AUDITIVA
**MANUTENÇÃO DE APARELHOS
AUDITIVOS**
**AVALIAÇÕES AUDITIVAS
AO DOMICÍLIO**



**ADAPTAÇÃO DE LENTES
DE CONTACTO**
CONTROLE DE MIOPIA

6X SEM JUROS OFERTA DE SEGURO

CARNAXIDE

Av. de Portugal – Centro Comercial Solátia, Loja 10
Junto ao Centro Cívico de Carnaxide
carnaxide@opticaportuguesa.pt • www.opticaportuguesa.pt

☎ 214 104 028 📞 962 071 139

📱 📷 opticaportuguesacarnaxide

VOGUE

Ray-Ban

CAROLINA HERRERA
EYEWEAR

pierre cardin

LACOSTE

LONGCHAMP
PARIS

etnia O BARCELONA

MOSCHINO

HUGO
EYEWEAR

Calvin Klein



TOMMY HILFIFER